فاعلية برنامج ارشادي مستند للنظرية الواقعية في خفض الوحدة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية الأردنيين المغتربين بمحافظة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية

إعداد

أ. حسام ابراهيم عبد الرحمن القاضي

طالب دكتوراة ، الارشاد النفسي والتربوي، جامعة مؤتة

أ. د. أحمد عبد الحليم عربيات

قسم الإرشاد والتربية الخاصة

كلية العلوم التربوية، جامعة مؤتة، الأردن

فاعلية برنامج ارشادي مستند للنظرية الو اقعية في خفض الوحدة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية الأردنيين المغتربين بمحافظة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية

حسام ابراهيم عبد الرحمن القاضي [1]، أحمد عبد الحليم عربيات

قسم الإرشاد والتربية الخاصة- كلية العلوم التربوية- جامعة مؤتة، الأردن.

[1]البريد الالكتروني: hussamqadi28@gmail.com

المستخلص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى فاعلية برنامج ارشادي مستند للنظرية الواقعية في خفض الوحدة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية الأردنيين المغتربين بمحافظة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير مقياس للوحدة النفسية، وتم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس من صدق وثبات ، وتم توزيع المقياس على عينة مكونة من (٢٤) طالبا من طلاب المرحلة الثانوية في حفر الباطن ، وبعد تحليل البيانات توصلت النتائج أن مستوى الوحدة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية الأردنيين المغتربين في محافظة حفر الباطن كان متوسطاً بشكل عام. وأظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α = ٠,٠٥) بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الوحدة النفسية في التطبيق البعدي لصالح المجموعة التجريبية ، واظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α = ٠,٠٥) بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الوحدة النفسية بين التطبيقين البعدي والتتبعي، حيث بلغت قيمة اختبار (ت) للدرجة الكلية (٠,٧٤٣)، مما يشير إلى بقاء أثر التدريب للبرنامج الإرشادي في تخفيض الوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة حفر الباطن، مما يعني أن البرنامج الإرشادي المستند إلى النظرية الواقعية قد أثبت فعاليته في بقاء أثر التدريب لدى طلاب المرحلة الثانوية.

الكلمات المفتاحية: البرنامج الارشادي، الوحدة النفسية، طلبة المرحلة الثانوية.

The effectiveness of a counseling program based on realistic theory in reducing psychological distress among Jordanian secondary school students in Hafar Al-Batin, Saudi Arabia

Hussam Ibrahim Abdul Rahman Al-Qadi[1], Ahmed Abdul Haleem Arabiyat

Department of Guidance and Special Education - Faculty of Educational Sciences - Mu'tah University, Jordan.

[1]Email: hussamqadi28@gmail.com

ABSTRACT

This study aimed to identify the effectiveness of a counseling program based on realist theory in reducing psychological loneliness among Jordanian expatriate secondary school students in Hafar Al-Batin Governorate in the Kingdom of Saudi Arabia. To achieve the objectives of the study, a measure of psychological loneliness was developed, and the psychometric properties of the scale were verified in terms of validity and reliability. The scale was distributed to a sample of (24) secondary school students in Hafr Al-Batin, and after analyzing the data, the results concluded that the level of psychological loneliness among Jordanian expatriate secondary school students in Hafr Al-Batin Governorate was average in general. The results showed that there were statistically significant differences at the significance level ($\alpha = 0.05$) between the average scores of the experimental and control groups on the psychological loneliness scale in the post-application in favor of the experimental group. The results showed that there were no statistically significant differences at the significance level ($\alpha = 0.05$) between the average scores. The members of the experimental group on the psychological loneliness scale between the post and follow-up applications, where the value of the t-test for the total score was (0.743), which indicates that the training effect of the counseling program remains in reducing psychological loneliness among secondary school students in Hafr Al-Batin Governorate, which means that the program Guidance based on realistic theory has proven effective in maintaining the effect of training among secondary school students.

Keywords: Counseling Program, Psychological Unit, Secondary School Students.

مقدمة البحث:

تعد المرحلة الثانوية من أهم المراحل العمرية كونها تقابل مرحلة المراهقة التي تحدث فيها تغيرات في العديد من الجوانب الجسدية والنفسية والفكرية والاجتماعية، والتي تبدأ باكتشاف الطالب لخصائصه وطبيعتها، مما يشكل لديه الوعي الأولي لمشاعره وإدراكاته ونظرته للحياة، فإذا كانت سعيدة ظهرت عليه علامات الرفاه النفسي والسرور، وإذا كانت غير سارة تشكلت لديه مظاهر من الوحدة النفسية التي تتصف بالكآبة والانطواء والحزن، حيث يتم ملاحظة تلك المشاعر من الطالب الذي يحرص أن يكون مقبولا لدى زملائه بشخصيته واستقلاليته، ويتطلع للتمتع بشخصية إيجابية يشعر من خلالها بالإحساس بالرضى عن الوعي الذاتي ومنظومة القيم الشخصية، مما يستدعي إثارة الدافعية لديه للاهتمام بمستقبله والتكييف مع ظروف الحياة، وذلك يرتب عليه بذل المزيد من محاولات التكييف للتخفيف من حدة القلق والحيرة والارتباك، حسب ما يستجد من أحوال ومعطيات (Orzeck, Bauer& Rokach,2008).

وتعد الوحدة النفسية (Loneliness) إحدى المشكلات الهامة في حياة الإنسان المعاصر، نظراً لأن هذه المشكلة تعتبر بمثابة نقطة البداية لكثير من المشكلات التي يتعرض لها الفرد، ويتصدر هذه المشكلات الشعور الذاتي بعدم السعادة والاكتئاب والتشاؤم، فضلا عن الإحساس بالعجز نتيجة الانعزال الاجتماعي والانفعالي، كما أنه نابع من الشعور بضرورة الاعتماد على الذات لإيجاد معنى للحياة، ومن هذا المنطلق يتبين أن الشعور بالوحدة النفسية شعور نفسي أليم، قد يكون مسئولاً عن شتى أشكال المعاناة في حياة الإنسان .سيما الطلاب . ، نظراً لما يطرأ عليهم من تغيرات متسارعة قد تؤثر بمستوى التقبل والتودد والحب للآخرين، لذا تكمن أهمية زيادة الاستبصار بجعلهم أكثر وعيا بقيمة ذواتهم، وتحسين مستوى مواجهتهم للأحداث، فلكل طالب شخصية مميزة لإثبات ذاته من خلال الإرادة والتركيز وتقوية حس المسؤولية لديه، كما يستطيع الانتقال من حالة التمركز حول ذاته إلى مشاركة الآخرين، ومساعدتهم في إيجاد معنى للحياة، للتكيف مع ظروفها من خلال التركيز على الحاضر، فالقوة الأساسية في حياتنا هي البحث عن المعنى، فلكل فرد معنى خاص لحياته فإما تكون مشرقة أو معتمة. (الجزار،٢٠١١)

١,١ مشكلة الدراسة:

لاحظ الباحث من خلال عمله كمدرس للمرحلة الثانوية في مدارس الأكاديمية العصرية بمحافظة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية، ارتفاع مستوى الوحدة النفسية لدى الطلبة الأردنيين وقام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية للطلاب الأردنيين في المرحلة الثانوية في المحافظة ، والذين تبدوا عليهم مظاهر عدم الانسجام والتفاعل مع الزملاء والمعلمين، حيث ظهرت مشكلة الدراسة من خلال عمله كمعلم لصفوف المرحلة الثانوية (الأول + الثاني + الثالث الثانوي)، وملاحظته لدلائل وإشارات مظاهر الوحدة النفسية لدى العديد منهم، نظرا لحنينهم للظروف الداعمة لنفسياتهم في بلدهم ، مثل (الدعم المعنوي، المكتسبات المتحققة من المواطنة، الموقع الجغرافي، اللغة المتقاربة)، مما شجع الباحث لتصميم برنامج إرشادي جمعي يستند للنظرية الواقعية لجلاسر، وتطبيقه على عدد من الطلبة الأردنيين في المرحلة الثانوية في مدارس حفر الباطن.

وتشير بعض الدراسات إلى أن شعور الوحدة النفسية قد يقل بزيادة العوامل الإيجابية المؤثرة، وأن أعلى مستوى للوحدة النفسية يكون في مرحلة المراهقة للفئة العمرية من سن (١٤ إلى ٢٠) سنة. (سليم، ٢٠١٤) .

ومن هنا تبلورت مشكلة الدراسة في السؤال الاتي : ما فاعلية برنامج ارشادي جمعي في خفض الوحدة النفسية لدى عينة من الطلاب الأردنيين في محافظة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية ؟

وينبثق من السؤال الرئيسي الأسئلة الاتية :

١- ما مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية المغتربين في محافظة حفر الباطن ؟.

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α = ٠,٠٥) بين متوسطي أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية تُعزى للبرنامج الإرشادي ؟.

٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=٠,٠٥) بين متوسطي أداء المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي على مقياس الوحدة النفسية ؟.

١.٢ أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى :

١- التعرف على فاعلية برنامج ارشادي جمعي وأهميته في خفض الوحدة النفسية لدى عينة من الطلاب الأردنيين المغتربين في المرحلة الثانوية بمحافظة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية.

٢- الكشف عن مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من الطلاب الأردنيين في المرحلة الثانوية المغتربين في محافظة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية.

٣- التعرف على استمرارية فاعلية البرنامج الارشادي في خفض أعراض الوحدة النفسية بعد مرور شهر ونصف من الانتهاء من تطبيق البرنامج، واختبار دلالة الفروق بالاختبارين البعدي والتتبعي لعينة الطلاب في المجموعة التجريبية.

٣,١ أهمية الدراسة

*** الأهمية النظرية**

١. تسليط الضوء على الفئة العمرية المستهدفة في هذه الدراسة، وهم الطلبة الأردنيين المغتربين في الصفوف الثلاث (الأول، الثاني، الثالث) في المرحلة الثانوية، وأهمية العمل على خفض الوحدة النفسية لديهم، نظرا لحساسية هذه المرحلة ودورها في تأهيل الطلاب للأدوار المهمة المنتظرة منهم في الحياة، حيث يعتبر موضوع الدراسة من المواضيع المنتشرة لأهميته، وبالرغم من وجود الكثير من الدراسات والأبحاث العلمية التي تحدثت عنه، إلا أن الحاجة كبيرة لإعداد المزيد من تلك الدراسات في المنطقة العربية، خاصة مع انتشار أنواع عديدة من المشاكل والاضطرابات النفسية.

٢. تقديم نتائج البحوث والدراسات للإباء والمرشدين التربويين والمدرسين، لاتخاذ الخطوات والتدابير الكفيلة لخفض الوحدة النفسية لدى هذه الفئة العمرية من الطلاب، وذلك بفهم الاسباب، ووضع الخطط المناسبة، للتعامل مع هذه المشكلة.

*** الأهمية التطبيقية**

تشير الدراسات إلى أهم المساهمات التي تقدمها الدراسات التطبيقية في رفد الدراسات الأكاديمية والتربوية بما يساعد في تقدمها، وفيما يتعلق بالدراسة الحالية، فإنها:

١. وظفت برنامج ارشاد جمعي، يهدف إلى مساعدة الطلاب في خفض الوحدة النفسية لديهم، مما يساعدهم على مناقشة مشكلاتهم وزيادة الاستبصار لديهم، والتنفيس عن انفعالاتهم وتعديل افكارهم ومعتقداتهم، وذلك من خلال برنامج الإرشاد الجمعي الذي ساهم بالإصغاء لهم ومشاركتهم في الحوار والمناقشة، وتفسير بعض السلوكيات وتقديم التفسيرات.

٢. ساهمت هذه الدراسة على رفد العاملين بالمؤسسات التربوية ببرامج ارشادية ذات فاعلية فيما يخص خفض الشعور بالوحدة النفسية.

١.٤ حدود الدراسة:

- الحدود البشرية : طبقت هذه الدراسة على الطلاب الأردنيين المغتربين في المرحلة الثانوية في مدارس محافظة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية .
- الحدود الزمانية : تم تطبيق الدراسة في الفصل الدراسي الثالث من العام الدراسي ٢٠٢٢ / ٢٠٢٣.
- الحدود المكانية : تم تطبيق الدراسة على الطلبة الأردنيين في المدارس الثانوية في محافظة حفر الباطن بالمملكة العربية السعودية.

٢. الاطار النظري ومصطلحات الدراسة :

١,٢ الوحدة النفسية :

يعد مفهوم الوحدة النفسية مفهوما متشعبا حاله حال الكثير من المصطلحات النفسية والتربوية، التي اختلفت وجهات النظر حيالها، ورأى الكثير من الباحثين أن هذا الاختلاف يعود لما يلي :

أولا : حداثة المصطلح في الدراسات النفسية.

ثانيا : طبيعة العلاقة بين المفاهيم المرتبطة بمفهوم الوحدة النفسية، مثل : الاكتئاب، الاغتراب، العزلة الاجتماعية .

ثالثا : اختلاف المنطلقات النظرية للباحثين الذين قاموا بدراسة هذا المفهوم (دوجال، ٢٠٠٨)

مفهوم الوحدة النفسية لغة : جاء في المعجم الوسيط أن الوحدة تعني الانفراد، وقد اشتق من معنى وحد يحد وحدة .أي انفرد بنفسه ،، فهي مصدر وحد يميل إلى الوحدة أي انعزل بنفسه. (الزيات، ٢٠١٩)

أما في لسان العرب لابن منظور (٦٣٠هـ) فقد عرف الوحدة بأنها : ما بني على انقطاع النظير وعوز المثل، والوحيد بني على الوحدة والانفراد عن الأصحاب عن طريق الانفصال عنهم .

الوحدة النفسية اصطلاحا:

عرفها عبد المعطي (٢٠١١) بأنها : شعور الفرد الداخلي بالفراغ النفسي والاجتماعي والعجز، والفشل في إقامة علاقات اجتماعية تشبع حاجاته ورغباته ودوافعه، مع الشعور الدائم بعدم الرضا والألم، نتيجة النقص في علاقاته وعدم كفايتها، والتي تشعره بأنه غير مرغوب فيه وغير محبوب.

وتعرفها روكاتش (Rokach,2013) بأنها : شعور ناتج من شدة الحساسية التي تحمل الفرد على تفضيل الوحدة، والبعد عن المجتمع، بحيث يظن أنه غير مرغوب فيه، ومنفصل عن الآخرين، ولديه شعور بألم شديد، نتيجة غياب العلاقات الاجتماعية المشبعة، مصحوبا بأعراض الضغط النفسي.

ويرى عرفة (٢٠٠٢) ان مشاعر الوحدة النفسية لها عدة أسباب منها غياب التعلق الوجداني بشخص ما، الاغتراب النفسي، الشعور بالاختلاف عن الاخرين، سوء فهم الأشخاص للفرد وعدم حاجتهم اليه، العزلة الاجبارية بسبب المرض أو التواجد في أماكن نائية، أو السفر وعدم وجود من يتفاعل الفرد معهم.

وترى الخليفي (٢٠١٦) أن الوحدة النفسية تتضمن ثلاث خصائص:

أولا : اجتماعية وهي نتائج النقص المدرك والملاحظ للعلاقات الاجتماعية .

ثانيا : شخصية أي أنها خبرة أو تجربة تخص الفرد .

ثالثا : تجربة محزنة وغير سارة .

ويشير (الدوسري،٢٠١٦) إلى أن الوحدة النفسية عبارة عن رغبة داخلية تجتاح الفرد، لشعوره بمحدودية الارتباطات الحسية والفردية مع الاخرين، وهي محصلة تصورات وادراكات الفرد لوجوده منعزلا اجتماعيا، هذا فضلا عن وجود بعض الصفات والخصائص الشخصية، التي تزيد من إمكانية ظهور الشعور بالوحدة النفسية، كالاعتمادية على الاخرين ونقص الثقة بالذات والقلق الاجتماعي.

وهناك تباين واضح في أبعاد ومكونات وعناصر الشعور بالوحدة النفسية، ويبدو ذلك جليا من خلال آراء الباحثين، وقد جاء هذا التباين على النحو الاتي :

أولا (اغتراب الذات) : وهو عباره عن شعور الفرد بفراغ داخلي وانفصال عن الآخرين، واغتراب الفرد عن نفسه وهويته، وتدني تقدير الذات .

ثانيا (العزلة في العلاقات الشخصية المتبادلة) : ويتمثل ذلك في المشاعر، إذ تُخيم على الفرد مشاعر الوحدة الانفعالية، والاجتماعية، وشعوره بالغربة النفسية .

ثالثا (الألم والصداع الخفيف) : وعنوانه الهياج الداخلي والثورة الانفعالية، فضلا عن زيادة الحساسية وسرعه الغضب، والاضطراب والارتباك، وفقدان القدرة على الدفاع، وهذا ما يعانيه الافراد الذين ينتابهم الشعور بالوحدة لنفسية .

رابعا (ردود الافعال الموجعة والضاغطة) : وتكون ردة الفعل هذه نتاج الالم والمعاناة الممزوجة مع الخبرة المؤلمة للوحدة النفسية، والمتضمنة للاضطراب والألم الذي يعيشه الأفراد الذين ينتابهم الشعور بالوحدة النفسية . (Cosan,2014)

يرى اندرسون أنه يمكن اعتبار الوحدة النفسية معيارا عرضيًا مشتركًا لمعظم الاضطرابات النفسية، حيث يمكن أن يدفع ذلك الشعور صاحبه لعدم النجاح الاجتماعي والنفور من الآخرين، والوحدة النفسية جوهر لمعظم الامراض النفسية وخاصة الفصام، ومن شأن الحالات الانفعالية غير السارة المصاحبة للشعور بالوحدة النفسية أن تعطل ظهور ونمو المهارات الاجتماعية لدى الشخص الذي يشعر بالوحدة، إضافة للإصابة بنوع من الحساسية الاجتماعية، وتجنب تكوين العلاقات مع الاخرين. (العنزي،٢٠١٥)

النظريات المفسرة للوحدة النفسية .

الوحدة النفسية في الواقع إحدى الظواهر التي تفتقر إلى الجانب النظري، لذا أقحمت في مجالات الفلسفة وعلم الاجتماع، بيد أنها مفهوم مستقل ولها خصائصها الخاصة بها، وفيما يأتي عرض لأهم النظريات التي تفسر مفهوم الوحدة النفسية :

أولا : (النظرية التحليلية) .

لقد أشار سجموند فرويد إلى مكونات الشخصية، واعتبر أن الشعور بالوحدة النفسية هو ناتج التفاعل بين مكونات الشخصية الثلاث (الأنا، الهو، الأنا الأعلى)، وعلل ذلك بتدني مستوى الفاعلية الوظيفية، وأشار إلى أن سلوك الفرد هو محصلة وناتج تفاعل هذه المكونات، إذ أن هذه المكونات الثلاث تعمل مع بعضها البعض، ونادرا ما يعمل مكون بمعزل عن الاخر، كما يمكن تفسيرها بأنها ناتج القلق العصبي الطفولي، إذ تعد الوحدة النفسية هنا وسيلة من مكونات الدفاع، التي تحمي الشخصية ككل من التهديد الذي يكون مصدره البيئة الاجتماعية، وهنا قد يعبر الطفل عن هذا الشعور على شكل الانسحاب، وتحديدا السنوات الخمس الاولى من عمر الفرد بالأسرة، وطبيعة العلاقات، وأساليب التواصل في مرحلة الطفولة المبكرة، وما يعتريها من ضعف في تلك العلاقات، فضلا عن فقدان الطفل للشعور بأهمية العلاقات والارتباطات بالآخرين في تلك المرحلة، كل ذلك له دور بارز في شعور الطفل بالوحدة النفسية، ويؤكد سلوفان أن هناك حاجه للألفة الإنسانية، والتي تتمثل في الرغبة بالتواصل مع الأصدقاء، وقد اتفقت فورم مع سلوفان وسبيرجر على إرجاع جذور الوحدة النفسية إلى خبرات الطفولة أيضا، وأكدت فورم على الاثار السلبية الضارة، لوقف عطف الام على الطفل في مرحلة مبكرة (عبد الوهاب، ٢٠١٠) .

ثانيا : (النظرية السلوكية) .

يذهب أتباع هذه النظرية إلى القول بأن الشعور بالوحدة النفسية هو سلوك متعلم، إذ أن الأفراد الذين يعانون من اضطرابات نفسية وسلوكيات سلبية تعيق تحقيق أهدافهم وتحول بينهم وبين الاستمتاع بعلاقاتهم مع الآخرين، ما هي إلا نتاج تعلم سلوك خاطئ اكتسبوه أثناء تفاعلهم مع البيئة المحيطة بهم، ويرى واطسون أن الوحدة النفسية مصدرها عدم توفر التعزيز الاجتماعي مما يولد نمطا سلوكيا من الشعور بالوحدة النفسية، أما سكنر فيرى أن الفرد هو الذي يختار هذا السلوك تبعا لإدراكه لاستجابات الآخرين في البيئة الاجتماعية (عبد الله، ٢٠٠١) .

ثالثا : (النظرية الإنسانية) .

يرى أصحاب هذه النظرية أن الوحدة النفسية، هي نتيجة للتناقض الحاصل بين الذات الداخلية والذات الخارجية الظاهرة للناس، ويؤكد روجرز في نظريته العلاج المتمركز حول العميل أن الأحداث بحد ذاتها لا معنى لها، وإنما تكتسب معناها من المعنى الذي يدركه الفرد لتلك الأحداث وما يفهمه عنها، وبالتالي فإن الواقع لا يهم الفرد ولا يؤثر في سلوكه، إذ أن كل ذلك مرتبط بالكيفية التي يدرك فيها الفرد الواقع، فكلما كان الواقع ذا قيمة إيجابية ومتماشيا مع نزعته الفطرية أوجد لدى الفرد تقديرا موجبا للذات، وبخلاف ذلك إذا كانت تلك الخبرات التي تعرض لها الفرد تتعارض مع فكرته ودوافعه لتقدير ذاته، فإن الفرد قد يقع فريسة للصراع وقد تحدث لديه نزعات فطرية للذات، وبحسب روجرز فإن الفرد ينظر إلى كل خبرة لا تتماشى مع ذاته على أنها تهديدا له وهذا منشأ للقلق والتوتر للفرد، مما يدفعه إلى اللجوء إلى استخدام حيل دفاعية منها العزلة والوحدة والتشويه وغيرها، وبذلك يكون روجرز قد اختلف مع أصحاب النظرية التحليلية، حيث أهمل تأثير مرحلة الطفولة المبكرة وما يحضر في ذاكرة الفرد، واعتبر أن العوامل الحاضرة هي التي تسهم إلى حد ما في تكوين الشعور بالوحدة النفسية (دمنهوري، ١٩٩٧) .

رابعا : (النظرية الاجتماعية) .

يُعتبر العالمان بيرمان وسلاتر من الباحثين الذين قاموا بتمثيل هذه النظرية، وقد افترض بيرمان أن هناك ثلاثة عوامل تسهم في تكوين الشعور بالوحدة النفسية هي ضعف العلاقة الأسرية بين الأفراد، وقلة الحراك الاجتماعي وضعف التواصل الأسري، في حين يرى العالم سلاتر أن الشعور بالوحدة النفسية سلوك عادي كمحصلة للقوى الاجتماعية، ويعني أنها نتاج تأثيرات البيئة الكلية، ومن خلال دراسته للشخصية الأمريكية بنى سلاتر تحليله ورؤيته للشعور بالوحدة النفسية، حيث رأى أن المشكلة تكمن في الإحساس بالفردية بسبب الإحباط الذي يصيب الرغبة في المشاركة الاجتماعية والارتباط بالآخرين، ويعقب ذلك العزلة والانفراد وحيدا، وبالنهاية الشعور بالوحدة النفسية. (ابراهيم، ٢٠٠٢)

خامسا : النظريه التفاعلية

وتتمثل بآراء ويس الذي أشار إلى أن الوحدة النفسية تنشا عندما تكون التفاعلات الاجتماعية للفرد غير كافية، ومن خلال المنحنى التفاعلي في تحليل الوحدة النفسية، فالوحدة النفسية ليست عبارة عن محصلة تفاعلية للعوامل الشخصية والعوامل الموقفية فحسب، بل هي نتيجة للتأثيرات المختلفة لهذه العوامل التي تحدد مقدار العلاقات الاجتماعية المشبعة لدى الفرد، وهي :

١.الاتصال : العلاقات التي يشعر بها والمودة والالفة مع الآخرين.

٢. التكافل الاجتماعي : الاهتمامات والعلاقات الاجتماعية المشتركة.

٣. فرصة العطاء : العلاقات الاجتماعية التي يشعر بها الفرد من مسؤوليته تجاه فرد آخر.

٤. إعادة تأكيد القيمة للفرد : من خلال العلاقات التي تكون فيها مهارات الفرد موضع تقدير.

٥. فقدان الثقة : يحصل الفرد على اقتران الثقة من خلال قدرته على مساعدة الغير تحت أي وصف .

٦. التوجيه : ويحصل عليه الفرد من خلال العلاقات بأفراد محل ثقه يسعون إلى النصيحة، ويسارعون لمساعدة الآخرين، حيث ان كل استعداد من هذه الاستعدادات له مصدر، وأن أي نقص في هذه الاستعدادات يؤدي إلى آلام نفسية، كما أن قلة المهارات والاهتمامات الاجتماعية، والتشاؤم والقلق وقلة الثقة بالنفس وبالآخرين، كلها تساهم في زيادة الألم والمعاناة النفسية. (الربيعة، ١٩٩٧) .

سادسا : (نظرية السمات) .

نادى بها (غوردن ألبورت) وتتجه هذه النظرية إتجاها معرفيا من حيث تركيزها على الإدراكات الشخصية، ونظام التفكير في المتوسط بين القصور في العلاقات وبين الشعور بالوحدة النفسية، والطريقة التي يستجيب بها بعض الافراد للمواقف الخاصة بالعلاقات الشخصية، ومن الممكن أن تقودهم الى الشعور بالوحدة النفسية والسمة الشخصية للفرد، أو متغيرات الفروق الفردية المرتبطة بالشعور بالوحدة النفسية في مجال العلاقات الاجتماعية، والتأكيد الكلي على دوافع وخاصية ومقاصد الفرد الخارجية، في ظل وجود نظرة سلبية عن الذات وعدم تقبلها، حيث تعد النظرة الايجابية أسلوب علاج فعال للوحدة النفسية (كريمان، ٢٠٠٨) .

٢,٢ نظرية العلاج يالو اقع (Reality therapy theory)

تعد النظرية الواقعية أحد الاتجاهات الهامه في الارشاد والعلاج النفسي والتي طورها العالم وليام جلاسر (William Glasser) الذي ولد عام (١٩٢٥) ودرس الطب النفسي عام (١٩٥٣م) ليصبح معالجا في الطب النفسي، حيث ركز في طريقته للعلاج على الحديث مع الجانب السليم الصحي عند المسترشد وليس مع الجانب المضطرب، فالسلوك هو محصلة تفاعل أربعة عناصر (الفعل، التفكير، الشعور، والخبرة الحركية)، وهذا يعني أن الانسان مسؤول عن أفعاله وعن الطريقة التي يفكر فيها والمشاعر التي يشعر بها، وفي عام (١٩٦٢) طور جلاسر نظريته الجديدة التي عرفت (بالعلاج الواقعي)، وكان مقتنعا بأهمية كون المسترشدين يتقبلون المسؤولية الشخصية عن سلوكياتهم، وأمضى جلاسر العشر سنوات التالية يوسع في تلك النظرية ويراجعها ويوضحها حتى عام (١٩٩٦) حيث غير اسمها الى (نظرية الاختيار)، وبذلك يكون جوهر العلاج الواقعي أننا مسؤولون عما نختار أن نفعله، إذ أن المرشد الواقعي يعمل كمعلم وموجه، والإرشاد عملية مستمرة طيلة الحياة يهتم بالجانب الإيجابي للفرد، ليصبح ذو فاعلية لاستكشاف إمكانياته وقدراته، وتحقيق ذاته بنفسه. (عبدالله،٢٠١٤)

تفسر النظرية الواقعية أغلب مشاكل المسترشدين بأنها ضعف في العلاقات القائمة بينهم، حيث أنها غير مشبعة لضعف القدرة على الاتصال والتقرب من الآخرين نتيجة السلوك الذي اختاروه، وعليه يقوم المعالج بتوجيه العميل للبحث عن علاقة مشبعة من خلال التشجيع على السلوك الايجابي للشعور بالسعادة والرضى، ويستخدم اختبارات التشخيص للوقوف على تصنيف الجوانب السلوكية وتشخيصها من الذهان الشديد إلى الاكتئاب البسيط حسب تصنيف الجمعية العلمية الأمريكية (DSM5)، فالعلاج الواقعي يهتم بمساعدة الفرد على السيطرة على الأحداث التي تحصل معه، من خلال تحديد الخيارات الأكثر فاعلية عند التعامل مع الآخرين، حتى يصبح لتلك الخيارات قيمة في حياتهم، وقد ساهم في حل كثير من الأزمات المختلفة وفي ميادين مختلفة (معمرية، ٢٠١٢) .

ويؤكد جلاسر أن الحاجة للحب والانتماء يتطلب تعاون أشخاص آخرين معنا لإشباعها من خلال الاندماج، فإذا لم يتحقق ذلك فإن شعورا بالانزعاج والضيق سيصيب الأفراد، وبذلك تتحقق فرضية الاختيار التي يتبناها العلاج الواقعي، حتى يستطيع العملاء تحديد الحاجات غير المشبعة ومحاولة اشباعها بشكل غير مباشر للشعور بالسعادة والهناء، ودور المعالج يتمحور في توضيحها حسب الأولويات لكل شخص، لذلك يركز العلاج الواقعي على إيجاد الشركاء المناسبين لكل فرد، والتخلص من الأعراض المسببة للتعاسة والحزن (آل غالب، ٢٠١٥) .

كما يهتم العلاج الواقعي بوضع الأهداف القريبة والبعيدة التي ترتبط بتوسيع العلاقات الإنسانية للتمتع بالحياة، وتعليم المسترشدين على تعلم طرق أفضل لإشباع حاجاتهم وتقييم ذواتهم، مما يحقق لهم السعادة والشعور بالسيطرة الداخلية على حياتهم، وايجاد علاقة ملئها الانسجام والدفء والتطابق الفكري بين المرشد والمسترشد، مما يساهم في خلق البيئة الإرشادية المنشودة، وتنفيذ إجراءات تؤدي إلى تغيير السلوك، ووضع الخطط التي تساهم في نجاح ذلك التغيير، ويتابع المرشد التقدم ويقدم نصائحه في ذلك، ويعتمد مستوى التقدم أيضا على مهارته وأسلوبه وكيفية تطبيقه للإجراءات والتقنيات، مما يعينه على التخطيط للجلسات الارشادية بناء على ما يطرحه المسترشد من مواضيع وملاحظات ومشاكل واضطرابات (Seagoe, 2005)

إن أساس التغيير في العلاج الواقعي يقوم على اقتناع المسترشد باستبدال سلوكه الحالي بسلوكيات أفضل منه، لذلك يسأل المرشد المسترشد عما يتوقعه من البرنامج، ومن المتوقع أن لا يجيب المسترشد عن المشكلة الحقيقية التي يعاني منها (العلاقة غير المشبعة)، وهذا ما يطرحه المرشد في الجلسة الأولى للاستماع إلى رغبات المسترشدين، وما هي خطوات السيطرة المفقودة لدى كل مسترشد في علاقاته الغير مشبعة مع الآخرين، والخيارات المتاحة لكل منهم للتخلص من علامات اليأس والكآبة، ولخوض علاقات ناجحة وفعالة وعملية وسهلة يمكن الحفاظ عليها، من خلال بناء الاستراتيجيات البناءة لإجراء التحسينات المستمرة، مما يستدعي الكشف المستمر عن الرغبات والحاجات، من خلال طرح الأسئلة المستمرة (من الشخص الذي كنت تود أن تكونه، هل فعلا تود تغيير حياتك، ما عوائق التغييرات التي تواجهها)، حيث تركز نظرية الاختيار في العلاج الواقعي على الربط بين المشاعر والأفعال، فمثلا الذين يتعاطون المخدرات لا بد من إدراكهم أن في ذلك خطر عليهم وعلى من حولهم، مما يتطلب وضع خطط للتغيير تكون واقعية وسهلة ومحددة ويمكن قياسها. (Moskwa, 2003).

٣.٢ البرنامج الإرشادي الجمعي (Group Counseling)

عرفته الجمعية الأمريكية لعلم النفس (APA, 1982) : الخدمات التي يقدمها اختصاصيون في علم النفس الارشادي لمسترشد، وفق مبادئ وأساليب دراسة السلوك الانساني خلال مراحل نموه المختلفة، لتأكيد الجانب الايجابي في شخصيته، وتحقيق التوافق النفسي لديه، واكسابه مهارات جديدة تساعده على تحقيق مطالب النمو واتخاذ القرار في مختلف المراحل العمرية، ومجالات الحياة كالأسرة والمدرسة والجامعة والعمل.

وكي تتحقق أهداف العملية الارشادية، لا بد من أن يكون هناك فهم مشترك للمشكلة التي يعاني منها المسترشد، أي أن يكون كل من المرشد والمسترشد قد سارا معا نحو تحديد المشكلة، مما يسهل التفاعل اللفظي بينهما من خلال المشاركة الوجدانية تجاه المسترشد، لتنمية الجانب المعرفي

بأبعاد المشكلة التي يعاني منها المسترشد، ويعتبر الارشاد الجمعي من أكثر الأساليب نجاحا لتسليط الضوء على المعاناة بهدف تغيير الاتجاهات والسلوكيات، وتقديم العون والمساعدة الفنية المتخصصة لعدد من المشاركين في مجموعة صغيرة، باستخدام أساليب متنوعة (مناقشات، محاضرات، فيديوهات، حوار، العصف الذهني، طرح الأسئلة، وغيرها ..) لمناقشة المشكلات والتعبير عن الآراء، لإظهار الآراء المتباينة وغير المتوافقة، بهدف تعديل الأفكار الخاطئة، ويعتمد عدد الأفراد المشاركين في الجلسة الإرشادية على عوامل عدة، منها : العمر الزمني للأعضاء، مقدار الشراكة المتوقعة، أنماط الشخصيات، وفي الغالب يتراوح العدد المثالي للجلسة بين ٦ .٨ أشخاص، وقد يصل العدد من ١٣.١٥ شخص. (الداهري، ٢٠١٤)

وتنطلق فلسفة هذه الدراسة من كونها عملية تعلمية وتفاعلية ديناميكية تستند إلى النظرية الواقعية، وتهدف إلى غرس الثقة والتفاعل المتبادل بين أفراد المجموعة التي تجمعهم مشكلة وقضايا مشتركة، يتم طرحها ومناقشتها من قبل أفراد المجموعة والمرشد، بهدف مساعدة كل واحد منهم للتعبير عن نفسه في جو من الأمن والتقبل والراحة، لتمكين أفراد المجموعة من فهم أنفسهم وقدراتهم وميولهم، وتحديد نقاط قوتهم وضعفهم، وتزويدهم بالمعرفة والثقة والقدرة على تحمل المسؤولية، ومواجهة المشكلة من خلال الاستبصار بالحلول المناسبة، والعينة التي طبق عليها تتكون من (٢٥) طالبا من الطلبة الأردنيين في المرحلة الثانوية المغتربين في محافظة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية .

٤,٢ الدراسات السابقة .

فيما يلي الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة وقد تم تقسيمها الى محورين

أولا : الدراسات التي تناولت البرامج الارشادية المستندة إلى النظرة الواقعية.

هدفت دراسة (Margolis, 2001) إلى تطبيق برنامج ارشادي واقعي على حالة طالب في المرحلة الثانوية في احدى المدارس الخاصة بولاية فرجينيا في الولايات المتحدة الأمريكية، عمره (١٦ سنة) وينتمي الى طبقة اجتماعية واقتصادية منخفضة، يعاني من اضطراب وسلوك عدواني مما أدى إلى سوء التكييف في المدرسة وتدني التحصيل الدراسي في العديد من المواد الدراسية، أظهرت النتائج فاعلية البرنامج الارشادي في خفض سلوك الطالب العدواني، وزيادة نسبة الرفاه النفسي والتكييف لديه، بالإضافة لتحسن ملحوظ في التحصيل الدراسي.

هدفت دراسة السوالمة (٢٠١٢) : للتعرف على فاعلية برنامج إرشادي مستند للنظرية الواقعية في تخفيف درجات الوحدة النفسية وزيادة درجه الأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينه إربد، استخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي، تكونت عينة الدراسة من (٤٥٦) طالبا بطريقة عشوائية، أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية حيث انخفضت درجة الإحساس بالوحدة النفسية، مما يشير إلى فاعلية البرنامج في زيادة درجة الأمن النفسي لدى عينة الدراسة في المجموعة التجريبية .

هدفت دراسة الطخيس (٢٠١٤) : للتعرف الى فاعلية برنامج ارشادي واقعي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة الدوادمي بمحافظة جدة في المملكة العربية السعودية، تكونت عينة الدراسة من (٢٠) طالبا من طلاب المرحلة الثانوية ممن حصلوا على درجات متدنية في مستوى قلق المستقبل، وتم تطبيق مقياس قلق المستقبل عليهم، إضافة إلى برنامج ارشادي (٨ جلسات لمدة ٤ أسابيع) من إعداد الباحث، وأسفرت نتائج البحث إلى وجود

فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة بعد تطبيق البرنامج الارشادي، حيث جاءت الفروق لصالح المجموعة التجريبية.

هدفت دراسة الخرافي (٢٠١٦) إلى التعرف على فاعلية برنامج علاجي قائم على أسلوب الإرشاد بالواقع، لزيادة الثقة بالذات لتخفيف السلوك العدواني لطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة الفروانية بدولة الكويت، تكونت عينة الدراسة من (٤٠) طالبة واتبعت المنهج شبه التجريبي، وأظهرت نتائج الدراسة فعالية البرنامج الارشادي لتخفيف السلوك العدواني، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية.

ثانيا : الدراسات السابقة التي تناولت الوحدة النفسية .

هدفت دراسة (Oakley, 2003) إلى التعرف على العلاقة بين التعبير العاطفي والوحدة واليأس لدى المراهقين في المدارس الثانوية في تركيا باستخدام برنامج إرشادي، تألفت عينة الدراسة من (٢٨٨) طالبا، أظهرت النتائج وجود علاقة سالبة بين التعبير العاطفي وكل من الوحدة واليأس لدى المراهقين، ووجود علاقة موجبة بين الوحدة واليأس .

هدفت دراسة عيد (٢٠٠٩) إلى تفسير علاقة الاغتراب ببعض المتغيرات النفسية والاكتئاب والوحدة النفسية لدى عينة مكونة من (١٥٠) طالبا وطالبة من مختلف الجنسيات من الطلبة المغتربين بجامعة عين شمس بالقاهرة، تم استخدام المنهج الوصفي بالطريقة العنقودية وبشكل عشوائي، وجمعت البيانات باستخدام استبيان مطور من قبل الباحث يحتوي على أسئلة حسب تدريج ليكرت الخماسي، أظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة إيجابية بين الاكتئاب والوحدة النفسية لدى الطلبة المغتربين، وتبين أن العوامل المؤثرة على مستوى الشعور بالوحدة النفسية هي (العمر، الحياة الاجتماعية، مستوى الدخل، الحالة الصحية، وظروف البيئة المحيطة).

هدفت دراسة هولتفريتر (Holtfreter , k, turanovic 2012) إلى خفض أعراض الشعور بالوحدة النفسية ومعالجة سوء الحالة الصحية لدى عينة مكونة من (٢٠) طالب من طلاب المرحلة الثانوية في مدينة ليفربول في بريطانيا باستخدام برنامج ارشادي واقعي وبعض الأساليب المعرفية السلوكية، تم تقديم مشورات لتحسين الأداء في الروابط الأسرية والحث على الاعتدال في التعامل بهدف تحقيق الأمن النفسي وخفض الوحدة النفسية، أشارت النتائج إلى وجود فروق في الوحدة النفسية والامن النفسي بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج، حيث انخفض الشعور بالوحدة النفسية وارتفع الشعور بالأمن النفسي.

هدفت دراسة قاسم (٢٠١٢) إلى معرفة العوامل المخففة من حدة الوحدة النفسية وتنمية المسؤولية الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات في الجامعة الإسلامية بغزة، تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالبة مقسمة لمجموعتين بالتساوي تجريبية وضابطة، وللتحقق من فرضيات الدراسة تم الاستعانة بمقياس الشعور بالوحدة النفسية في القياسين القبلي والبعدي، بالإضافة لاستخدام المنهج التجريبي، وبعد جمع البيانات ومعالجتها احصائيا، توصلت الدراسة للنتائج التالية : وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة في القياس البعدي على مقياس الشعور بالوحدة النفسية ،وجود فروق

ذات دلالة إحصائية بين متوسط رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي على مقياس الشعور بالوحدة النفسية.

هدفت دراسة آسقر (Isgor, H, 2016) : إلى الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية للشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب بتقدير الذات لعينة مكونة من (٥٣٨) طالبا وطالبة من مختلف المستويات التعليمية في كليات العلوم التربوية في جامعة هارفارد الأمريكية، وكذلك إيجاد الفروق بين الطلبة وفقا للجنس والمستوى التعليمي والتحصيل حسب مقياس بيك الثاني للاكتئاب، أسفر البحث عن عدة نتائج من أهمها :وجود علاقة ارتباطية موجبة بين كل من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب. وجود علاقة سالبة بين الوحدة النفسية وتقدير الذات، ووجود فروق في الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب تبعا للجنس لصالح الاناث. وجود فروق في الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لصالح المستوى الأول تخصص أدبي.

هدفت دراسة موسي وأحمد (٢٠٢١) إلى خفض الوحدة النفسية لدى التلاميذ ضعاف السمع في إحدى المدارس الثانوية بمحافظة بور سعيد بجمهورية مصر العربية باستخدام برنامج ارشادي انتقائي من اعداد الباحثين، تكونت عينة الدراسة من (١٢) طفلا تراوحت أعمارهم من (٩ .١٢) عاما، تم تقسيمها لمجموعتين تجريبية وضابطة، وتم استخدام المنهج التجريبي، أسفرت نتائج الدراسة عما يلي : عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق القبلي على الدرجة الكلية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى الأطفال الصم. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب المجموعتين التجريبية والضابطة، في التطبيق البعدي على الدرجة الكلية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية، مما يشير لتحقيق جميع فروض الدراسة باستخدام المنهج.

التعقيب على الدراسات السابقة

من خلال مراجعة الدراسات السابقة المتصلة بموضوع الدراسة أوضحت نتائج الدراسات تباينا في نتائجها ومنهجيتها، فأغلب الدراسات اهتمت بمعرفة العوامل المسببة للوحدة النفسية، ومقدار الأثر الناتج عن كل منها، مع اختلاف تلك العوامل وترتيبها في الدراسات، كما أن أغلب الدراسات . بما فيها هذه الدراسة .شبه تجريبية، في حين تفردت هذه الدراسة باهتمامها بشريحة الطلبة المغتربين، وفي فترة حرجة هي المرحلة الثانوية (وهي ذروة فترة المراهقة)، وتحديدا للجنسية الأردنية التي تمتاز بالحرص على العلاقات الاجتماعية من فئات القرابة والجوار.

٣. إجراءات الدراسة :

١.3 منهجية الدراسة :

استخدمت الدراسة الحالية المنهج شبه التجريبي، حيث أنها هدفت لاختبار فاعلية برنامج ارشادي مستند للنظرية الواقعية (متغير مستقل) في خفض الوحدة النفسية (متغير تابع) لدى طلاب المرحلة الثانوية الأردنيين المغتربين بمحافظة حفر الباطن، ومدى تأثير البرنامج الإرشادي من خلال قياس الفروق بين متوسطات الدرجات بين المجموعتين التجريبية التي تعرضت للبرنامج الارشادي، والضابطة التي لم تتعرض للبرنامج الارشادي وذلك قبل وبعد تطبيق البرنامج، والجدول رقم (١) يوضح تصميم الدراسة :

جدول (١) التصميم التجريبي للدراسة

المجموعة	العدد	القياس القبلي	المعالجة	القياس البعدي	القياس التتبعي
التجريبية	١٢	O1	X	O2	O3
الضابطة	١٢	O1	-	O2	-

وفيما يلي توضيح للرموز المستخدمة في تصميم الدراسة :

O1: القياس القبلي

O2: القياس البعدي

O3: قياس تتبعي بعد مرور شهر ونصف على البرنامج

X: المعالجة

- : عدم وجود معالجة وعدم وجود قياس تتبعي .

٢ .3 مجتمع الدراسة :

تكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع الطلاب الأردنيين المغتربين في محافظة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية للعام الدراسي (٢٠٢٢ .٢٠٢٣) وعددهم (٦٨) طالب.

٣.3 عينة الدراسة :

تكونت عينة الدراسة من (٢٤) طالبا من طلاب المرحلة الثانوية تم اختيارهم من أصل (٦٨) طالبا في محافظة حفر الباطن، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متكافئتين (تجريبية، ضابطة)، تكونت كل منهما من (١٢) طالبا، وفيما يلي توضيح لهاتين المجموعتين:

المجموعة التجريبية : تكونت من (١٢) طالبا من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة حفر الباطن، وخضع أفراد هذه المجموعة إلى البرنامج الإرشادي المستند إلى النظرية الواقعية.

المجموعة الضابطة: تكونت من (١٢) طالبا من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة حفر الباطن، ولم يخضع أفراد هذه المجموعة إلى البرنامج الإرشادي المستند إلى النظرية الواقعية.

تم تطبيق مقياس الدراسة على عينة الدراسة كاملة في كلا المجموعتين (التجريبية والضابطة) قبل البدء بتطبيق البرنامج للتحقق من تكافؤ المجموعتين، وتم تطبيق البرنامج الإرشادي على أفراد المجموعة التجريبية، وبعد ذلك تم تطبيق القياس البعدي على كلا المجموعتين (التجريبية والضابطة) لقياس الفروق بينهما، والتي تعزى لأثر البرنامج الذي تعرضت له المجموعة التجريبية ولم تتعرض له المجموعة الضابطة، وتم تطبيق قياس آخر (تتبعي) على المجموعة التجريبية بعد مرور شهر ونصف من انتهاء تطبيق البرنامج الإرشادي.

وقد قام الباحث باختيار عينة الدراسة استنادا إلى عدد من المعايير، وهي :

١. الطلاب الذين أبدو الرغبة في الاشتراك في الدراسة.

٢. الطلاب الذين حصلوا على أعلى الدرجات على مقياس الوحدة النفسية.

٣. الطلاب الذين تسمح ظروفهم بالاشتراك بالبرنامج الارشادي والمشاركة في الجلسات الارشادية.

٤. الطلاب الذين أبدى أولياء أمورهم رغبة في الاشتراك بالبرنامج الارشادي، أملا في تحسن أبناءهم.

٥. الطلاب الذين لا تتعارض حصصهم الدراسية مع جلسات البرنامج الارشادي.

تكافؤ المجوعتين :

تم التحقق من تكافؤ مجموعتي الدراسة (التجريبية، الضابطة) في متغير (الوحدة النفسية)، من خلال مقارنة دلالة الفروق بين الأوساط الحسابية لأداء الطلاب في كلا المجموعتين على أدوات الدراسة قبل تطبيق البرنامج الإرشادي، للتحقق من عدم وجود فروق بين المجموعتين قبل تطبيق البرنامج من جهة، وليتمكن الباحث من إجراء مقارنة بين المجموعتين بعد تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية وفيما يلي بيان هذه النتائج.

أولا : الوحدة النفسية.

للتحقق من تكافؤ المجوعتين التجريبية والضابطة تم تطبيق اختبار (ت) لعينتين مستقلتين والجدول (٢) يوضح نتائج التحليل.

جدول (٢):

اختبار(ت) لعينتين مستقلتين لفحص دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية في الوحدة النفسية للأفراد في مجموعتي الدراسة (التجريبية والضابطة) قبل تطبيق البرنامج الإرشادي.

الوحدة النفسية	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة الإحصائية
الدرجة الكلية	تجريبية	١٢	٣,٥٣٣	٠,٥٤٢	٢٢	٠,٣٢٥	٠,٧٤٨
	ضابطة	١٢	٣,٤٦٧	٠,٤٥٩			

يلاحظ من الجدول (٢) عدم وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (٠,٠٥ = α) بين متوسطات درجات الأفراد في المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس الوحدة النفسية، إذ بلغت قيمة اختبار (ت) للدرجة الكلية (٠,٣٢٥) وهي قيمة غير دالة إحصائيا مما يشير إلى أن كلا المجموعتين قبل تطبيق برنامج الإرشاد متكافئتين في الوحدة النفسية.

٤,٣ أدوات الدراسة :

لتحقيق أهداف الدراسة تم تطوير مقياس الشعور بالوحدة النفسية استنادا إلى الأدب النظري، والاستفادة من الاطلاع على ما توفر من المقاييس التي اهتمت بقياس الشعور الوحدة النفسية مثل مقاييس الإحساس بالوحدة النفسية من إعداد قشقوش (١٩٨٨)، وآشر (Asher, ١٩٨٤) ، ورسل (Russell, ١٩٩٦)، وحداد وسوالمة (١٩٩٨)، وعمر (2004)، والرشود وساكهي (٢٠٠٤ Sacchi & Richaud)، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية والاجتماعية للراشدين (SELSA)، ومقياس جامعة كاليفورنيا- لوس أنجلوس (UCL)، ، تكون المقياس بصورته الأولية من (٢٨) فقرة، قام الباحث بالتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس ودلالات الصدق الظاهري من

خلال عرضه على (١٤) محكما من ذوي الخبرة والاختصاص من أعضاء هيئة التدريس من مختلف الكليات التربوية في العديد من الجامعات الأردنية والسعودية المتخصصين في علم الارشاد النفسي وعلم النفس تربوي والقياس والتقويم ، وتم التحكيم وفقا للمعايير الآتية (الصياغة اللغوية للفقرات، مدى انتماء الفقرة للأبعاد، تعديل أو حذف أي فقرة من الفقرات)، وقد تم الأخذ بالتعديلات التي اتفق عليها (٨٠%) من المحكمين لاستخراج دلالات صدق البناء للمقياس، ومعاملات فقرات المقياس مع الدرجة الكلية لعينة استطلاعية تكونت من (٢٥) طالب من الطلبة الأردنيين المغتربين بمحافظة حفر الباطن فأكثر من المحكمين للإبقاء عليها،

وللتحقق من مناسبة المقياس لهدف الدراسة وبيئتها تم التحقق من الخصائص السيكومترية التالية للمقياس

أولا : صدق أداة الدراسة

وتم التحقق من صدق الأداة بالطرق الاتية :

أ. الصدق الظاهري (صدق المحكمين) :

تم التحقق من دلالات الصدق الظاهري من خلال عرضه على (١٤) محكما ممن يحملون درجة الدكتوراة في الارشاد النفسي والتربوي والقياس والتقويم في العديد من الجامعات الأردنية والسعودية، وتم التحكيم وفقا للمعايير الآتية : الصياغة اللغوية للفقرات، مدى انتماء الفقرة للسمة، تعديل أو حذف أي فقرة من الفقرات ، وفي ضوء آرائهم أجريت تعديلات مقترحة على فقرات المقياس، وأعيدت صياغة الفقرات لتصبح أكثر وضوحا ومباشرة، وكان المعيار الذي تم اعتماده في قبول الفقرات هو حصول الفقرة الواحدة على موافقة (٨٠%) من آراء المحكمين.

ب. صدق البناء

تم التحقق من مؤشرات صدق البناء الداخلي لمقياس الوحدة النفسية من خلال ايجاد قيم معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية، على عينة استطلاعية مكونة من (٢٥) طالب من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة حفر الباطن، وذلك لحساب معاملات الارتباط بالمقياس ككل، كما هو مبين في الجدول رقم (٣) :

جدول (٣)

معاملات صدق الاتساق لمقياس الوحدة النفسية لكل فقرة مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	0.677**	١٣	0.569**
٢	0.863**	١٤	0.665**
٣	0.847**	١٥	0.901**
٤	0.720**	١٦	0.737**
٥	0.694**	١٧	0.791**
٦	0.719**	١٨	0.664**

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
٧	0.730**	١٩	0.784**
٨	0.800**	٢٠	0.708**
٩	0.651**	٢١	0.737**
١٠	0.725**	٢٢	0.892**
١١	0.730**	٢٣	0.671**
١٢	0.603**	٢٤	0.820**

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

يشير الجدول (٣) إلى أن معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية تراوحت بين (٠,٥٦٩ ، ٠,٩٠١)، مما يشير إلى أن مقياس الوحدة النفسية يتمتع بمؤشرات صدق اتساق داخلي مناسبة.

ج. ثبات مقياس الوحدة النفسية

تم التحقق من ثبات المقياس بالطريقتين التاليتين :

١- الاتساق الداخلي (كرونباخ ألفا Cronbach – Alpha) وذلك من خلال معامل الثبات كرونباخ ألفا بتطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية المؤلفة من (25) طالب من طلبة المرحلة الثانوية في محافظة حفر الباطن والجدول (٤) يوضح قيم معاملات الثبات.

١- الثبات بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test Ret est) حيث تم اعادة تطبيق المقياس على نفس العينة الاستطلاعية بفارق زمني مدته أسبوعين، تم استخراج معامل ارتباط سبيرمان براون بين نتائج التطبيق، والجدول (٤) يوضح معاملات الثبات.

٢- معامل ثبات التجزئة النصفية: تم حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية المصححة بطريقة سبيرمان براون، والجدول (٤) يوضح قيم معاملات الثبات.

جدول (٤)

معاملات الثبات لمقياس الوحدة النفسية

مقياس الوحدة النفسية	عدد الفقرات	معامل الثبات	
		كرونباخ ألفا	التجزئة النصفية المصححة بطريقة سبيرمان بروان
الدرجة الكلية	**٢٤**	**٠,٩٦٣**	**٠,٩٣٩**

يلاحظ من الجدول (٤) أن معاملات الثبات بطريقة ثبات الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا للدرجة الكلية بلغت (٠,٩٦٣)، أما معامل ثبات التجزئة النصفية على مستوى الدرجة الكلية فقد بلغ (٠,٩٣٩)، وتشير هذه القيم إلى أن المقياس يتمتع بمؤشرات ثبات مرتفعة، وتراوحت معاملات ارتباط الفقرات مع الأداة ككل ما بين (٠,٥٦٩ ، ٠,٩٠١) مما يشير إلى أن مقياس الوحدة النفسية بصورته الأولية يتمتع بمؤشرات صدق اتساق داخلي مناسبة .

تصحيح وتفسير المقياس .

تكونت الصورة النهائية لمقياس الوحدة النفسية من (٢٤) فقرة، وتم تصحيح المقياس وفقا لتدريج ليكرت الخماسي، حيث أعطي التدريج على النحو التالي:

تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا تعطى (٥)، تنطبق علي بدرجة كبيرة تعطى (٤)، تنطبق علي بدرجة متوسطة تعطى (٣)، تنطبق علي بدرجة قليلة تعطى (٢)، لا تنطبق علي أبدا تعطى (١)، حيث تراوحت الدرجات على المقياس من (٣٥ -١٧٥) وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى الوحدة النفسية لدى الطالب والدرجة المتدنية تشير إلى تدني مستوى الوحدة النفسية لديه، وقد تم الأخذ بالتعديلات التي اتفق عليها المحكمين وتم اخراج المقياس في صورته النهائية حيث تكون من ٢٤ فقرة .

مستويات الحكم على المقياس :

من ١ - ٢,٣٣ فأقل تعني أن مستوى الوحدة النفسية متدني.

من ٢,٣٤ - ٣,٦٧ تعني أن مستوى الوحدة النفسية متوسط.

من ٣,٦٨ فأكثر تعني أن مستوى الوحدة النفسية مرتفع.

ثانيا :- البرنامج الإرشادي المستند إلى النظرية الو اقعية :

تم تطوير البرنامج الارشادي الواقعي استنادا الى مبادئ العلاج الواقعي / نظرية الاختيار (choice theory Reality therapy)، حيث قام الباحث بمراجعة شاملة للإرشاد الواقعي، وأساليب الارشاد والعلاج كما ورت في الأدب النظري (cory, 2011)، والاستفادة من الدراسات السابقة القائمة على النظرية الواقعية في علاج الاضطرابات النفسية والسلوكية مثل دراسة (wabblding, 2001)، ودراسة (kim, 2002)، ودراسة (Passaro, perry, Michale 2004)، ودراسة (طشطوش، ٢٠٠٧)، ودراسة (صوالحة، ٢٠١٢)، ودراسة السوالمة (٢٠١٢)، ودراسة أرنؤط (٢٠١٥)، ودراسة (حسين، ٢٠١٥)، بالإضافة للاستفادة من بعض ما ورد في العديد من المواقع الالكترونية المتخصصة بالكتابة عن العلاج الواقعي مثل (w.w.w. glasserinst. Com, w.w.w.WGLL . com, w.w.w.glasser. com)، واستنادا الى ذلك قام الباحث بإعداد برنامج ارشادي مستند للنظرية الواقعية يتكون من (١٢) جلسة ارشادية، وقد استغرق تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية شهر واحد فقط بواقع ٣ جلسات أسبوعيا .

١- صدق البرنامج .

قام الباحث بالتحقق من صدق البرنامج من خلال التحقق من صدق المحتوى، وذلك من خلال عرضه على (١٤) محكما ممن يحملون درجة الدكتوراة في الارشاد النفسي والتربوي والقياس والتقويم في العديد من الجامعات الأردنية والسعودية (ملحق رقم ج)، وقد أشارت نتائج التحكيم إلى سلامة الجلسات الارشادية وملائمتها، وكان المعيار الذي تم اعتماده في قبول الجلسة هو حصول الجلسة الارشادية الواحدة على موافقة (٨٠%) فأكثر من المحكمين للإبقاء عليها، وبناء على رأي المحكمين تم تغيير بعض المواصفات لعدد من الجلسات الارشادية بما يجعلها أكثر مناسبة وشمولية، ولم يتم حذف أي جلسة ارشادية في البرنامج الارشادي.

مراحل تصميم البرنامج :

- مرحلة التهيئة : وتتمثل بمرحلة التعارف بين الباحث والطلبة الأردنيين المغتربين بمحافظة حفر الباطن، الذين سيطبق عليهم البرنامج الارشادي أثناء الجلسة الأولى .
- مرحلة الانتقال : وتتمثل في التعرف على المشكلة الأساسية، وهي خفض الوحدة النفسية من خلال الجلستين الثانية والثالثة .
- مرحلة العمل والبناء : وهي مرحلة تطبيق البرنامج الارشادي، حيث يقوم الطالب بممارسة أنشطة البرنامج بصورة فردية وجماعية من الجلسة الرابعة وحتى الجلسة الحادية عشر.
- (المرحلة الأخيرة) مرحلة الانتهاء : للوقوف على الأهداف التي حققها البرنامج الارشادي من خلال اعادة تطبيق أدوات الدراسة، لمعرفة فعالية البرنامج الارشادي على عينة الدراسة، ويتم ذلك خلال الجلسة الثانية عشرة والختامية.

المستفيدون من البرنامج :

الطلبة الأردنيين في المرحلة الثانوية المغتربين في محافظة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية، الذين حصلوا على أعلى درجات على مقياس الوحدة النفسية.

اجراءات تطبيق الدراسة ٥,٣

تم تنفيذ الدراسة وفق الاجراءات التالية :

١. بعد الانتهاء من بناء أدوات الدراسة بصورتها الأولية، تم مخاطبة الملحقية الثقافية السعودية في المملكة الأردنية الهاشمية وذلك لتسهيل تطبيق أدوات الدراسة والبرنامج الارشادي، من خلال خطاب رسمي صادر عن كلية الدراسات العليا / جامعة مؤتة.
٢. . تم تطبيق أدوات الدراسة على العينة الاستطلاعية بغرض تقنين أدوات الدراسة، للتحقق من مناسبة الأدوات للاستخدام عن طريق حساب صدقها وثباتها.
٣. قام الباحث بإعطاء الطلاب الأردنيين المغتربين شرحا وافيا لتوضيح الغرض من الدراسة، وتم طمأنة الطلاب عن سرية الجلسات، واستخدام المعلومات التي ستتم فيها لأغراض البحث العلمي فقط .
٤. تم تطبيق مقياس الوحدة النفسية على مجتمع الدراسة، لتحديد عينة الدراسة ممن حصلوا على أعلى درجات على مقياس الوحدة النفسية.
٥. بعد ذلك تم تقسيم عينة الدراسة إلى مجموعتين (تجريبية وضابطة) بالطريقة العشوائية.
٦. تم تطبيق أدوات الدراسة على المجموعتين التجريبية والضابطة قبل البدء بتطبيق البرنامج الارشادي.
٧. تم تطبيق البرنامج الارشادي على الطلبة الأردنيين المغتربين (العينة التجريبية) بواقع ٣ جلسات أسبوعيا، تنفذ على مدار شهر واحد بمجموع (١٢) جلسة .
٨. بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج على الطلبة الأردنيين (المجموعة التجريبية) مباشرة، تم تطبيق مقياس الوحدة النفسية على المجموعتين التجريبية والضابطة.
٩. بعد مرور شهر ونصف من توقف البرنامج، تم تطبيق مقياس الوحدة النفسية (القياس التتبعي) على المجموعة التجريبية .

المعالجة الإحصائية . :

تم استخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية والنفسية (SPSS 25)، لإجراء المعالجة الإحصائية المناسبة لكل سؤال من أسئلة الدراسة، واستخدمت المعالجة الإحصائية التالية :

١. للإجابة عن السؤال الأول تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وتحديد رتبة الفقرة ودرجة شيوعها.

٢. للإجابة عن السؤال الثاني تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مترابطتين لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد المجموعة التجريبية.

٣. للإجابة على السؤال الثالث تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مترابطتين لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس التتبعي على الوحدة النفسية.

4. نتائج الدراسة

نتائج الدراسة ومناقشتها

السؤال الأول : ما مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية المغتربين في محافظة حفر الباطن ؟.

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة والبالغ عددهم (٢٤) طالب على مقياس الوحدة النفسية قبل تطبيق البرنامج الإرشادي، كما يوضح الجدول (٥)

جدول (٥)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على فقرات مقياس الوحدة النفسية

رقم الفقرة	نص الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	رتبة الفقرة	مستوى تقبل الذات
١	أشعر بالوحدة والناس بجانبي .	4.71	0.550	١	مرتفع
٢	رغبتي بالعلاقات المتعددة محدودة .	4.42	0.717	٣	مرتفع
٣	يصعب علي استثمار أوقات فراغي .	3.96	0.690	٧	مرتفع
٤	أفضل الانسحاب من المناسبات الاجتماعية .	3.54	1.062	١٣	متوسط
٥	أعاني حتى أستطيع مخالطة الآخرين .	4.33	0.702	٤	مرتفع
٦	يهمني مساعدة أصدقائي لي	2.75	1.482	٢١	متوسط

رقم الفقرة	نص الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	رتبة الفقرة	مستوى تقبل الذات
	باستمرار.				
٧	أتفق مع أصدقائي في أغلب جهات نظري .	2.04	0.751	٢٤	متدني
٨	يتوقع أصدقائي أفعالي من طريقة تفكيري .	2.33	1.049	٢٢	متدني
٩	عدد محدود من زملائي يرغبون بالتعامل معي .	3.83	0.702	١٠	مرتفع
١٠	يفرحني مشاركتي لزملائي في الأنشطة الترفيهية .	3.17	1.239	١٦	متوسط
١١	أحتاج لقدر كبير من اهتمام زملائي بي .	3.67	1.274	١٢	متوسط
١٢	أعاني من الاستمرار بعلاقات الصداقة لزملائي .	3.88	1.424	٨	مرتفع
١٣	يصعب علي التقرب من الآخرين	4.25	0.608	٥	مرتفع
١٤	علاقتي بأفراد أسرتي ممتازة .	3.04	0.859	١٨	متوسط
١٥	أشارك إخوتي الآراء حول مشاكلهم	2.21	1.062	٢٣	متدني
١٦	أتمنى لو أجد من يحرص على سعادتي .	3.75	1.511	١١	مرتفع
١٧	أرغب بوجود شخص يمكنني الاعتماد عليه	3.33	1.659	١٥	متوسط
١٨	يشعرني التشجيع والدعم بالثقة بالنفس .	3.13	1.296	١٧	متوسط
١٩	أشعر بمجافاة بعض الناس لي .	3.38	0.924	١٤	متوسط
٢٠	يعجبني من يسأل عني باستمرار.	2.79	1.285	٢٠	متوسط
٢١	أحرص على مناقشة وجهات نظري مع اسرتي	2.92	1.018	١٩	متوسط
٢٢	أمتنع عن التعبير عن مشاعري .	3.83	1.049	٩	مرتفع
٢٣	يزعجني التدخل بمشكلاتي العاطفية .	4.04	0.908	٦	مرتفع
٢٤	أرى كل الطرق أمامي مسدودة	4.46	0.884	٢	مرتفع
	الدرجة الكلية	3.500	0.4926		متوسط

يشير الجدول (٥) إلى أن مستوى الوحدة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية الأردنيين المغتربين في محافظة حفر الباطن كان متوسط بشكل عام، إذ بلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية (٣,٥) بانحراف معياري وقدره (٠,٤٩٢٦). أما على مستوى الفقرات فقد أظهرت (١١) فقرة مستوى مرتفع لدى أفراد العينة وهي الفقرات(١، ٢، ٣، ٥، ٩، ١٢، ١٣، ١٦، ٢٢، ٢٣،

٢٤) في حين أظهرت (١٠) فقرات مستوى متوسط وهي الفقرات (٤، ٦، ١٠، ١١، ١٤، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠، ٢١)، و (٣) فقرات أظهرت مستوى متدني وهي الفقرات (٧، ٨ ، ١٥) لدى أفراد العينة، وتراوحت قيم المتوسطات الحسابية لها بين (٢,٠٤ - ٤,٧١)، وجاءت في المرتبة الأولى الفقرة (١) ومضمونها " أشعر بالوحدة والناس بجانبي، بمتوسط حسابي (٤,٧١) وانحراف معياري بلغ (٠,٥٥٠)، تلتها الفقرة (٢٤) ومضمونها " أرى كل الطرق أمامي مسدودة " بمتوسط حسابي (٤,٤٦) وانحراف معياري (٠,٨٨٤)، وفي المرتبة قبل الأخيرة جاءت الفقرة (١٥) ومضمونها " أشارك إخوتي الآراء حول مشاكلهم " بمتوسط حسابي (٢,٢١) وانحراف معياري بلغ (١,٠٦٢)، وفي المرتبة الأخيرة الفقرة (٧) ومضمونها " أتفق مع أصدقائي في أغلب وجهات نظري " بمتوسط حسابي (٢,٠٤) وانحراف معياري بلغ (٠,٧٥١).

السؤال الثاني : هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α = ٠,٠٥) بين متوسطي أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية تُعزى للبرنامج الإرشادي ؟.

للإجابة على هذا السؤال، تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الوحدة النفسية في التطبيق البعدي، والجدول (٦) يبين النتائج :

جدول (٦)

اختبار(ت) لعينتين مستقلتين لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الوحدة النفسية في التطبيق البعدي .

مقياس الوحدة النفسية	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
الدرجة الكلية	تجريبية	١٢	٣,١١٧	٠,٢٨٥٥	٢٢	- ٢,٩٧٦	٠,٠٠٧
	ضابطة	١٢	٣,٤٠٠	٠,١٦٥١			

يلاحظ من الجدول (٦) وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α = ٠,٠٥) بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الوحدة النفسية في التطبيق البعدي لصالح المجموعة التجريبية، حيث بلغت قيمة اختبار (ت) للدرجة الكلية (٢,٩٧٦ -)، مما يشير إلى فاعلية البرنامج الإرشادي في تخفيض الوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة حفر الباطن.

ولعل ذلك يعود .حسب رأي الباحث .لفعالية البرنامج الارشادي في خفض الوحدة النفسية لدى عينة الطلبة المشاركة في جلسات البرنامج الارشادي، من خلال التركيز على الجوانب العقلية، لتخفيف أعراض الكآبة الاجتماعية والفراغ النفسي والفشل في إقامة علاقات اجتماعية تشبع حاجاته ورغباته ودوافعه، نتيجة شعوره بافتقاد التقبل والحب والاهتمام من جانب الآخرين، بحيث يترتب على ذلك العجز عن إقامة علاقات اجتماعية مشبعة بالألفة والمودة والصداقة والحميمية، بالتالي يشعر الفرد أنه وحيد رغم أنه محاط بالآخرين، مما قد يسبب له الخجل

والانطواء، فالشعور بالوحدة النفسية لا يأتي للفرد فجأة، بل نتيجة مكيانيزمات لبعض الاحباطات أو الصعوبات او الصراعات الشديدة التي أجهزت على حياة الفرد النفسية لتصيبه بسوء التكيف، وعدم التوافق النفسي والاجتماعي بسبب السفر مثلا وعدم وجود من يتفاعل الفرد معهم، حيث ساهمت جلسات المجموعة الارشادية في توفير الشعور بالراحة والطمأنينة من خلال التقبل غير المشروط للمسترشد، تنمية مشاعر التعاطف والأصالة لديه، توفير أجواء الاحترام المتبادل، بالإضافة لبناء الثقة بينه وبين بقية الأعضاء في بيئة آمنة، مما يحقق خاصية الاندماج التي افتقدها في المحيط الخارجي .

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة (Oakley, 2003) وهدفت إلى التعرف على العلاقة بين التعبير العاطفي والوحدة واليأس لدى المراهقين في المدارس الثانوية في تركيا باستخدام برنامج إرشادي، وأظهرت النتائج وجود علاقة سالبة بين التعبير العاطفي وكلا من الوحدة واليأس لدى المراهقين، ووجود علاقة موجبة بين الوحدة واليأس،

ودراسة عيد (٢٠٠٩) وهدفت إلى تفسير علاقة الاغتراب ببعض المتغيرات النفسية والاكتئاب والوحدة النفسية، وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة إيجابية بين الاكتئاب والوحدة النفسية لدى الطلاب المغتربين وظروف البيئة المحيطة، ودراسة هولتفريتر Holtfreter , k, (turanovic 2012) وهدفت إلى خفض أعراض الشعور بالوحدة النفسية وسوء الحالة الصحية في مرحلة البلوغ في بريطانيا، وأشارت النتائج إلى وجود فروق في الوحدة النفسية والامن النفسي بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج، حيث انخفض الشعور بالوحدة النفسية وارتفع الشعور بالأمن النفسي.

السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (α=٠,٠٥) بين متوسطي أداء المجموعة التجريبية في القياس البعدي والتتبعي على مقياس الوحدة النفسية ؟.

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مترابطتين لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس التتبعي على الوحدة النفسية، والجدول (٧) يبين النتائج :

جدول (٧)

اختبار(ت) لعينتين مترابطتين لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الوحدة النفسية بين التطبيقين البعدي والتتبعي.

مقياس الوحدة النفسية	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
الدرجة الكلية	تجريبية	١٢	٣,١١٧	٠,٢٨٦	١١	٠,٧٤٣	٠,٤٧٣
	تتبعي	١٢	٣,٠٢٥	٠,٢٦٧			

يلاحظ من الجدول (٧) عدم وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α = ٠,٠٥) بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الوحدة النفسية بين التطبيقين البعدي والتتبعي، حيث بلغت قيمة اختبار (ت) للدرجة الكلية (٠,٧٤٣)، مما يشير إلى بقاء أثر التدريب للبرنامج الإرشادي في تخفيض الوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة حفر الباطن، مما يعني أن البرنامج الإرشادي المستند إلى النظرية الواقعية قد أثبت فعاليته في بقاء أثر

التدريب لدى طلاب المرحلة الثانوية، في ضوء ما تضمنه من فنيات واستراتيجيات وأنشطة مختلفة، والتي انعكس اثرها على الطلبة.

2.4 : التوصيات .

- تقديم برامج ارشادية مكثفة من قبل المختصين للطلاب المغتربين بالتعاون مع المؤسسات الحكومية والخاصة، التي تعنى بتقديم الخدمات الارشادية، وتساعد في خفض الوحدة النفسية.

- ضرورة القيام بدراسات لاحقة تشمل متغيرات تابعة جديدة مثل (المسؤولية الاجتماعية، مفهوم الذات، الاكتئاب، القلق)، حيث أن الدراسة الحالية قد بحثت في متغير واحد فقط هو الوحدة النفسية.

المراجع

أولا: المراجع العربية

ابراهيم، قشقوش (٢٠١٦) سيكولوجية الاحساس بالوحدة النفسية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.

ابراهيم، نشوى (٢٠٠٢) الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من الأطفال المحرومين وغير المحرومين من الرعاية الأسرية. رسالة دكتوراة، جامعة عين شمس، القاهرة، مصر.

آل غالب، ليلى (٢٠١٥) العلاج الواقعي، دار الوسيلة للنشر، جدة، المملكة العربية السعودية.

الجزار، هاني (٢٠١١) **أسباب الشعوربالوحدة النفسية لدى الشباب**، دار هلا للنشر، الإسكندرية، مصر

الخرافي، نورية (٢٠١٦) فعالية العلاج الواقعي في التخفيف من السلوك العدواني لدى طالبات المرحلة الثانوية في دولة الكويت، مجلة كلية التربية، المجلد الثاني والثلاثون، العدد الثالث، الفروانية، الكويت.

الخليفي، فوزية (٢٠١٦) مواجهة الصدمات النفسية، دار الحضارة للنشر، جدة، المملكة العربية السعودية.

الخواجا، عبد الفتاح (٢٠١٢) الإرشاد النفسي والتربوي، الدار العلمية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

الداهري، صالح (٢٠١٤) البرامج الإرشادية، دار المعرفة، عمان، الأردن.

دمنهوري، رشاد (١٩٩٧) الاغتراب النفسي ، دار العبيكان للنشر، مكة المكرمة، السعودية.

دوجال، ماكال (٢٠١٨) علم النفسي الإكلينيكي . النظرية والعلاج، ترجمة عباس عوض، دار المعرفة، مصر.

الدوسري، راشد (٢٠١٦) سيكولوجية الحياة، المؤسسة العربية للدراسات، مكة المكرمة، السعودية.

الربيعة، فهد (١٩٩٧) الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الملك سعود بن عبد العزيز، مجلة علم النفس، ١٢ (٤٧) ٢٢ .٢٦، الرياض، السعودية.

الزيات، أحمد (٢٠١٩) المعجم الوسيط، دار البلاغ، القاهرة، جمهورية مصر العربية.

السوالمة، عائشة (٢٠١٢) فاعلية العلاج الواقعي في تخفيف الضغوط النفسية وقلق الحالة لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة إربد، المجلة التربوية، عمادة البحث العلمي، جامعة اليرموك، اربد، عمان.

الطخبس، إبراهيم (٢٠١٤) فاعلية برنامج ارشادي واقعي في خفض قلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة الدوادمي بمحافظة جدة في الرياض، كلية الدراسات العليا، رسالة ماجستير، جامعة الملك عبد العزيز، جدة، السعودية.

عبد الله، محمد (٢٠٠١) مدخل الى الصحة النفسية، دار الفكر، عمان، الأردن.

عبد الله، محمد (٢٠١٤) العملية الارشادية، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

عبد المعطي، حسن (٢٠١١) ضغوط الحياة والصحة النفسية، مكتبة زهراء الشروق، القاهرة، مصر. عبد الوهاب، أماني (٢٠١٠) الوحدة النفسية لدى الأطفال، مكتبة الأنجلو مصرية، أسيوط، مصر.

عرفة، إسماعيل (٢٠٠٢) الهشاشة النفسية، دار عصائر الكتب، عمان، الأردن.

العنزي، فالح (٢٠١٥) علم النفس الاجتماعي، مكتبة الملك فهد الوطنية، الرياض، السعودية.

عيد، محمد (٢٠٠٩) علاقة الاغتراب ببعض المتغيرات النفسية والاكتئاب والوحدة النفسية لدى عينة من مختلف الجنسيات من الطلبة المغتربين بجامعة عين شمس، رسالة دكتوراة، كلية التربية، القاهرة، مصر.

قاسم، جميل (٢٠١٢) العوامل المخففة من حدة الوحدة النفسية وتنمية المسؤولية الاجتماعية لدى الطالبات المقيمات في الجامعة الإسلامية بغزة باستخدام مقياس الشعور بالوحدة النفسية، رسالة دكتوراة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين .

كريمان، صلاح (٢٠٠٨) سمات الشخصية، دار كوبنهاغن للنشر، كوبنهاغن، الدنمارك.

معمرية، بشير (٢٠١٢)، علم النفس الإيجابي، دار ابن خلدون، وهران، الجزائر.

موسي، فاطمة، عبد الصبور، أحمد (٢٠٢١) خفض الوحدة النفسية لدى التلاميذ ضعاف السمع بمحافظة بور سعيد بجمهورية مصر العربية من خلال اختبار مدى

المراجع العربية مترجمة:

Ibrahim, Qushqush (2016). Psychology of the Sense of Psychological Solitude. Anglo Egyptian Library, Cairo, Egypt.

Ibrahim, Nashwa (2002). The Feeling of Psychological Solitude and its Relationship to Psychological and Social Harmony among a Sample of Deprived and Non-Deprived Children of Family Care. Ph.D. Thesis, Ain Shams University, Cairo, Egypt.

Al-Ghalib, Leila (2015). Realistic Therapy. Dar Al-Waseela for Publishing, Jeddah, Saudi Arabia.

Al-Jazzar, Hani (2011). Causes of Feeling Psychological Solitude among Youth. Hala Publishing House, Alexandria, Egypt.

Al-Kharafi, Nouriya (2016). The Effectiveness of Realistic Therapy in Reducing Aggressive Behavior among Secondary School

Female Students in Kuwait. College of Education Journal, Volume 32, Issue 3, Al-Farwaniyah, Kuwait.

Al-Khalifi, Fawzia (2016). Confronting Psychological Shocks. Dar Al-Hadara for Publishing, Jeddah, Saudi Arabia.

Al-Khwaja, Abdul Fattah (2012). Psychological and Educational Counseling. Dar Al-Ilmiyah for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.

Al-Dahri, Saleh (2014). Counseling Programs. Dar Al-Ma'arif, Amman, Jordan.

Damhouri, Rashad (1997). Psychological Alienation. Dar Al-Obeikan for Publishing, Mecca, Saudi Arabia.

Doujal, McCall (2018). Clinical Psychology: Theory and Treatment, translated by Abbas Awad. Dar Al-Ma'arif, Egypt.

Al-Dusari, Rashid (2016). Psychology of Life. Arab Institute for Studies, Mecca, Saudi Arabia.

Al-Rabia, Fahd (1997). Psychological Solitude and Social Support among a Sample of Male and Female Students at King Saud University. Psychology Journal, 12(47), 22-26, Riyadh, Saudi Arabia.

Al-Zayyat, Ahmed (2019). Al-Muajam Al-Waseet (The Intermediate Dictionary). Dar Al-Balagh, Cairo, Egypt.

Al-Sawalma, Aisha (2012). The Effectiveness of Realistic Therapy in Reducing Psychological Stress and Future Anxiety among Secondary School Students in Irbid Governorate. Educational Journal, Deanship of Scientific Research, Yarmouk University, Irbid, Jordan.

Al-Takhbous, Ibrahim (2014). The Effectiveness of a Realistic Counseling Program in Reducing Future Anxiety among Secondary School Students in Dawadmi City, Jeddah Governorate, Riyadh. Master's Thesis, King Abdulaziz University, Jeddah, Saudi Arabia.

Abdullah, Mohammed (2001). Introduction to Mental Health. Dar Al-Fikr, Amman, Jordan.

Abdullah, Mohammed (2014). The Counseling Process. Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.

Abdul-Mutti, Hassan (2011). Life Pressures and Mental Health. Zahra Al-Sharq Library, Cairo, Egypt.

Abdul-Wahab, Amani (2010). Psychological Solitude in Children. Anglo-Egyptian Library, Assiut, Egypt.

Arfa, Ismail (2002). Psychological Fragility. Dar Asa'er Al-Kutub, Amman, Jordan.

Al-Anzi, Fahd (2015). Social Psychology. King Fahd National Library, Riyadh, Saudi Arabia.

Eid, Mohammed (2009). The Relationship of Alienation with Some Psychological Variables, Depression, and Psychological Solitude among a Sample of Expatriate Students at Ain Shams University. Ph.D. Thesis, Faculty of Education, Cairo, Egypt.

Qasim, Jameel (2012). Factors Mitigating the Severity of Psychological Solitude and Developing Social Responsibility among Female Students Residing at the Islamic University in Gaza Using the Psychological Solitude Scale. Ph.D. Thesis, Islamic University, Gaza, Palestine.

Kariman, Salah (2008). Personality Traits. Copenhagen Publishing House, Copenhagen, Denmark.

Moumaria, Bashir (2012). Positive Psychology. Ibn Khaldun Publishing House, Oran, Algeria.

Mousa, Fatima, Abd El-Sabour, Ahmed (2021). Reducing Psychological Solitude among Hearing-Impaired Students in Port Said Governorate, Arab Republic of Egypt, through a Psychological Solitude Test.

المراجع الأجنبية

American Psychological Association, ApA (Granville,1892), Clark University of Worcester, United States of America. USA, Vol (2), PP 121. 126

Cosan, D (2014) An Evaluation of Loneliness. The European Proceedings of Social & Behavioral Sciences, Vol (2), PP 106 - 114.

Holtfreter, k, turanovic (2012) scale down symptoms of psychological loneliness and poor health in adulthood Britain . Testing the moderating role of familial ties, Advances in life course research , Vol (8), PP 167 - 172.

Isgor, I , & Haspolat, H. (2016) Revealing the nature of the correlation between feelings of psychological loneliness and with self esteem for a sample of studentts From variousmj5 nn educational levels in the faculties, educational sciences at Harvard University, Vol (1), pp 247 – 258.

Margolis (2001) Applying a realistic counseling program to a high school student from a poor class journal of Instructional Psychology, private school in the state of Virginia in the United States of America. vol (9), No 2, pp. 153 -156.

Moskva, Farrell C. (2003) the Relationship learning Style and Acadienic Achevment, Un publishhed M.A thesis Kean, College of Theory Invendive Soiving and Sold Mod, eling Retieeved , Vol (6) pp 320 - 330 .

Oakley, A, (2003) Social The relationship between emotionl expression loneliness and despair among adolescents Using a guided program , secondary school

Orzeck,, A., Bauer, N., & Rokach T. (2008) The experience of Loneliness of Journal of Adolescences Canadian and Czesch youth .Vol (1), pp 267-277.

Rokach. A. (2013). the Loneliness and Desire Reflection on social and emotional in everyday life. Current psychology, Vol (2), PP 24 - 27.

Seagoe, M (2005) The learning of the Realistic therapy siejal (Ed), Instrucion Some contenporary viewpoints, San Francisco Chanoller,, Vol (3) pq, 257 - 267.